

# التدخين

لا يقتصر مصطلح (التدخين) على تدخين السجائر العادية فقط، بل يشمل جميع منتجات التبغ التي تحتوي على **مادة النيكوتين** في الشيشة، والسجائر الإلكترونية وغيرها.



وكذلك يحدث عند استنشاق الدخان من قبل الموجودين مع المدخن، وقد أثبتت الأدلة العلمية أن التعرض لدخان التبغ غير المباشر له نفس الأضرار وهذا ما يُسمى **التدخين السلبي**.



## أضرار التدخين

- أضرار مادية لما يصرفه المدخن من أموال كثيرة بالسنة



- أضرار تربوية مما له التأثير السلبي على الأطفال والمراهقين من تقليد المدخين



- يحرم المدخن من حياة صحية خالية من الأمراض فهو يسبب أمراض القلب والجهاز التنفسي وأمراض الأوعية الدموية الخطيرة

- إن مادة النيكوتين الموجودة تسبب الإدمان .

- يزيد العرصة للإصابة بداء السكري من النوع الثاني.



- يسبب ضمور العصب البصري وقد يسبب العمى.

- يعجل ظهور التجاعيد وشيخوخة البشرة.



- القطران الموجود يسبب تصبغ الأصابع.

